



PENGARUH PEMBERIAN AROMA TERAPI LEVENDER SECARA INHALASI TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN FISIOLOGIS PADA IBU POSTPARTUM KALA I FASE AKTIF DI KLINIK SYAHRUDDIN KISARAN

Lili Yuliana Tambunan⁽¹⁾

Program Studi Sarjana Kebidanan, STIKes As Syifa Kisaran
Jl. Pendidikan/SKB No.1, Kec. Kisaran Timur, Kab. Asahan
Email : yulianalilitambunan@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri merupakan kondisi berupa perasaan tidak menyenangkan. Nyeri persalinan merupakan bagian dari proses yang normal. Rasa nyeri yang dialami selama persalinan ada 2 jenis sumbernya yaitu nyeri visceral dimana nyeri yang dialami ibu karena perubahan serviks dan iskemia uterus pada persalinan kala I dan nyeri somatic, dan nyeri somatic dimana nyeri yang dialami ibu pada akhir kala I dan II persalinan. Nyeri persalinan normal dapat menimbulkan stress dan menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Salah satu nyeri persalinan dapat ditangani dengan aromaterapi karena dipercaya sebagai terapi komplementer untuk menurunkan intensitas nyeri yang berpengaruh terhadap otak sehingga menenangkan pada saat persalinan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian aroma terapi lavender secara inhalasi terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan fisiologi pada ibu postpartum kala I fase aktif. Desain penelitian ini adalah pra-eksprimen dengan rancangan *one-group pretest-posttest*. Jumlah sampel 60 orang yang ditentukan dengan metode *random sampling*. Variabel independen adalah pemberian aroma terapi lavender dan variabel dependen adalah nyeri persalinan. Hasil uji normalitas data dengan menggunakan *Kolmogorov Smirnov* diperoleh hasil distribusi data normal ($p\text{ value} > 0,05$). Uji statistik menggunakan *paired t-test* diperoleh hasil nilai $p\text{ value} = 0,000$ ($p\text{ value} < 0,05$) artinya pemberian aroma terapi lavender terbukti signifikan dapat menurunkan intensitas nyeri persalinan fisiologis kala I fase aktif. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian aroma terapi lavender secara inhalasi terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan fisiologis pada ibu postpartum kala I fase aktif. Maka disarankan kepada tenaga kesehatan baik bidan maupun dokter dapat menggunakan aroma terapi lavender secara inhalasi sebagai alternatif dalam mengatasi nyeri persalinan.

Kata Kunci : Nyeri Persalinan, Ibu Postpartum Kala I, Aromaterapi Lavender
Daftar Pustaka : 30 (2019 - 2024)

ABSTRACT

Pain is a condition in the form of an unpleasant feeling. Labor pain is part of the normal process. There are 2 types of sources of pain experienced during labor, namely visceral pain, which is the pain



experienced by the mother due to changes in the cervix and uterine ischemia in the first stage of labor and somatic pain, and somatic pain, which is the pain experienced by the mother at the end of the first and second stages of labor. Normal labor pain can cause stress and cause excessive release of hormones such as catecholamines and steroids. One of the pains in labor can be treated with aromatherapy because it is believed to be a complementary therapy to reduce the intensity of pain which affects the brain, making it calm during labor. The aim of this study was to determine the effect of inhaling lavender aromatherapy on reducing the intensity of physiological labor pain in postpartum mothers during the first active phase. The design of this research was a pre-experiment with a one-group pretest-posttest design. The sample size was 60 people determined using the random sampling method. The independent variable is the provision of lavender aromatherapy and the dependent variable is labor pain. The results of the data normality test using Kolmogorov Smirnov obtained normal data distribution results (p value > 0.05). Statistical tests using a paired t-test resulted in a p value = 0.000 (p value < 0.05), meaning that giving lavender aromatherapy was proven to significantly reduce the intensity of physiological labor pain during the first active phase. It can be concluded that there is an effect of inhaling lavender aromatherapy on reducing the intensity of physiological labor pain in postpartum mothers during the first active phase. So it is recommended that health workers, both midwives and doctors, use lavender aromatherapy by inhalation as an alternative for dealing with labor pain.

Keywords : Labor Pain, First Stage Postpartum Mothers, Lavender Aromatherapy

Bibliography : 30 (2019-2024)

PENDAHULUAN

Menurut data WHO, 95% kematian ibu diakibatkan karena masalah persalinan. Pada umumnya ibu hamil mengharapkan persalinan normal, aman dan nyaman dengan rasa nyeri minimal. Namun pada beberapa ibu postpartum tidak dapat menahan rasa nyeri persalinan pada saat kala I fase aktif. Nyeri yang paling dominan dengan waktu yang panjang dirasakan yaitu nyeri pada kala I. Nyeri persalinan pada tahap fase aktif akan dirasakan lebih berat, tajam, dan kram serta mengakibatkan penyebaran sensasi nyeri (Manuaba, 2019).

Secara fisiologis nyeri persalinan terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka serviks dan mendorong kepada bayi kearah panggul (Sumarah, 2020). Selain itu, kontraksi otot-otot uterus ini menyebabkan iskemia korpus uteri karena pembuluh darah tertekan dan peregangan serviks yang menyebabkan rasa nyeri. Nyeri persalinan juga berkaitan dengan ketenangan emosi dan relaksasi ibu bersalin. Ibu yang cemas atau lelah akan merasakan nyeri yang lebih hebat bahkan pada intensitas tekanan uterus yang lebih rendah (Coad dan dunstall, 2019).

Saat ini telah banyak dikaji mengenai manfaat aromaterapi untuk penanganan nyeri. Mackinon (2021) dan Widyastuti (2023) mengatakan bahwa aromaterapi lavender merupakan tindakan teraupetik yang bermanfaat meningkatkan kondisi fisik dan psikologis ibu bersalin. Secara fisik baik digunakan untuk mengurangi rasa nyeri, sedangkan secara psikologis dapat merileksasikan pikiran, menurunkan ketegangan dan kecemasan serta memberi ketenangan. Aroma terapi lavender yang digunakan secara inhalasi atau dihirup komponen kimianya yaitu linalol akan masuk ke otak, khususnya sistem limbik melalui bulbus olfaktorius. Limbik merupakan struktur otak yang berada pada lobus temporalis yang berfungsi sebagai pusat senang, marah, takut, cemas, depresi, dan sedih. Linalol merupakan kandungan aktif utama pada lavender yang memberikan efek anti cemas atau relaksasi (Dewi, 2022).



METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif analitik dengan desain penelitian yang digunakan adalah Pra eksperimen dengan rancangan *one group pre-test and post-test design*. Untuk melihat apakah ada pengaruh pemberian aroma terapi lavender secara inhalasi terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan fisiologis pada ibu postpartum kala I fase aktif. Dalam rancangan ini tidak terdapat kelompok pembandingan (kontrol) tetapi hanya satu kelompok yang akan dilakukan observasi pertama sebelum diberikan perlakuan (pretest) dan observasi kedua dilakukan setelah diberikan perlakuan (posttest). Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan *random sampling*. Dan jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 60 orang. Peneliti mengukur intensitas nyeri ibu postpartum kala I fase aktif sebelum melakukan pemberian aroma terapi lavender secara inhalasi kemudian intensitas nyeri persalinan diukur kembali setelah melakukan pemberian aroma terapi lavender secara inhalasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

Uji Normalitas Intensitas Nyeri dengan *Kolmogorov Smirnov*

Pada penelitian ini peneliti menggunakan uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* karena distribusi berbentuk rasio dan jumlah sampel kecil ($N = < 30$). Interpretasi hasil uji ini yaitu signifikan atau $p \text{ value} > 0.05$ maka distribusi data normal dan jika signifikansi atau $p \text{ values} < 0.05$ maka distribusi data tidak normal. Berikut ini tabel hasil uji normalitas :

Tabel 5.2. Uji Normalitas dengan *Kolmogorov Smirnov* (n=60)

Tabel 5.2 Uji Normalitas dengan <i>Kolmogorov Smirnov</i>			
		pre	post
N		20	20
Normal Parameters ^a	Mean	7.65	4.65
	Std. Deviation	.988	1.226
Most Extreme Differences	Absolute	.238	.252
	Positive	.162	.252
	Negative	-.238	-.198
Kolmogorov-Smirnov Z		1.066	1.127
Asymp. Sig. (2-tailed)		.206	.158

Berdasarkan tabel diatas diperoleh kemaknaan *Asmp. Sig (2-tailed)* pada pretest adalah $p \text{ value} = 0.206$ artinya $p \text{ value} > 0.05$ dan pada posttest $p \text{ value} = 0.158$ artinya $p \text{ value} > 0.05$ maka dapat disimpulkan distribusi data pada pretest dan posttest adalah normal sehingga uji hipotesis yang digunakan yaitu uji parametrik.

Uji Hipotesis Dengan *Paired T-Test*

Uji yang digunakan yaitu uji parametrik *paired t-test* dengan interpretasi hasil yaitu jika



nilai signifikansi atau p value > 0.05 maka hipotesis ditolak dan jika p value < 0.05 , maka hipotesis diterima. Hasil uji *paired t-test* adalah sebagai berikut :

Tabel 5.3 Hasil Uji *Paired T-test* Intensitas Nyeri Persalinan Kala Satu Fase Aktif berdasarkan *Universal Assesment Pain Tool* Sebelum dan Setelah Diberikan Aromaterapi Lavender.

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 pre - post	3.000	.795	.178	2.628	3.372	16.882	19	.000

Berdasarkan tabel diatas diperoleh nilai probabilitas (signifikansi) = 0.000 sehingga $\alpha < 0.05$ artinya hipotesis diterima. Maka dapat disimpulkan secara statistic ada perbedaan yang bermakna antara nyeri kala I fase aktif sebelum mendapat aroma terapi lavender dengan setelah mendapat aroma terapi lavender. Dengan kata lain terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian aroma terapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan fisiologis pada ibu postpartum kala I fase aktif.

B. PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan tingkat nyeri persalinan berdasarkan *Universal Assesment Pain Tool* antara sebelum diberikan aroma terapi lavender (pretest) dengan setelah diberikan aroma terapi lavender (posttest). Pada pretest, mayoritas responden mengalami nyeri berat yaitu sebanyak 17 orang (85%) dan 3 orang (15%) mengalami nyeri berat yaitu 17 orang (85%) dan hanya 3 orang (15%) mengalami nyeri sedang. Kemudian setelah diberikan intervensi (posttest) selama 10 menit melalui inhalasi, intensitas nyeri yang dirasakan responden sebagian besar mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 17 orang (85%), 2 orang (10%) merasakan intensitas nyerinya menurun menjadi ringan dan 1 orang (5%) merasakan intensitas nyerinya tetap berat. Oleh karena itu, jelas bahwa intensitas nyeri persalinan lebih rendah setelah diberikan intervensi dibandingkan sebelum diberikan intervensi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Eri Puji Kumalasari (2012) yang bertujuan mendeskripsikan manfaat aroma terapi lavender terhadap penurunan nyeri persalinan ibu pada kala I fase aktif sehingga dapat diterapkan oleh ibu bersalin dan bidan dalam mengatasi nyeri pada persalinan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa aroma terapi lavender



mengandung linalil dan linalol yang dihirup masuk ke hidung ditangkap oleh bulbus olfactory kemudian melalui traktus olfaktorius yang bercabang menjadi dua, yaitu sisi lateral dan medial. Pada sisi lateral, traktus ini bersinap pada neuron ketiga di amigdala, girus semilunaris, dan girus ambiens yang merupakan bagian dari limbik. Jalur sisi medial juga berakhir pada sistem limbik. Limbik merupakan bagian dari otak yang berbentuk seperti huruf C sebagai tempat pusat memori, suasana hati, dan intelektualitas berada (Hutasoit, 2022).

Dari hasil penelitian ini diketahui bahwa aromaterapi lavender secara inhalasi sebagai salah satu metode nonfarmakologis dapat menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif maka aromaterapi lavender dapat digunakan dalam asuhan kebidanan pada ibu bersalin kala I untuk mengurangi rasa nyeri persalinan sehingga memberikan rasa nyaman dan tenang pada ibu. Harapannya, penelitian ini dapat memotivasi para tenaga kesehatan khususnya bidan dapat memberikan asuhan kebidanan pada ibu bersalin untuk meningkatkan pemberian asuhan dalam menangani nyeri persalinan secara nonfarmakologis menggunakan aroma terapi lavender.

Neuromodulator ini menutup mekanisme pertahanan dengan cara menempati reseptor di kornu dorsalis sehingga menghambat pelepasan substansi P. Seharusnya dengan adanya pelepasan neurotransmitter substansi P menyebabkan transmisi sinaps dari saraf perifer (sensori) ke saraf traktus spinotalamikus lateral sehingga impuls nyeri diteruskan ke neuron proyeksi dan impuls dihantarkan menuju otak untuk dipersepsikan, tetapi dengan penghambatan substansi P akan membuat impuls nyeri tidak dapat melalui neuron proyeksi, sehingga tidak dapat diteruskan pada proses yang lebih tinggi di kortek somatosensoris dan transisional (Guyton, 2024). Melalui teori ini dapat diketahui bahwa pemberian aromaterapi lavender dapat menurunkan intensitas nyeri persalinan.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh pemberian aroma terapi lavender secara inhalasi terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan fisiologis pada ibu postpartum kala I fase aktif.

SARAN

1. Bagi Pelayanan Kebidanan

Pemberian aromaterapi lavender secara inhalasi dapat diaplikasikan sebagai salah satu alternatif terapi nonfarmakologis pilihan untuk menurunkan intensitas rasa nyeri persalinan fisiologis yang dirasakan oleh ibu sehingga terpenuhinya rasa nyaman dan tenang ibu bersalin dalam melalui proses persalinannya agar proses persalinan dapat berlangsung lancar.

2. Bagi Pengembangan Ilmu Kebidanan

Perlu dilakukan pengembangan terapi nonfarmakologis, khususnya pemberian aroma



terapi lavender untuk mengatasi nyeri persalinan fisiologis dengan pengenalan kepada mahasiswa kebidanan serta masyarakat, khususnya ibu hamil dan ibu bersalin.

3. Bagi Penelitian Berikutnya

Bagi penelitian selanjutnya, dapat melakukan penelitian dengan dosis aroma terapi lavender dan durasi pemberian yang berbeda untuk memperoleh hasil yang lebih optimal dalam menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif dan melakukan uji toksisitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriansz, Wikjosastro dan Wasposito (2023) 'Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal', *Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo*, Jakarta.
- Andarmoyo, Sulisty (2019) 'Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri', *Ar-Ruzz. Media*, Yogyakarta.
- Argi dan Susi. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Di Rumah Sakit Dustira Cimahi. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 2023, 8 (2) : 120-126.
- Asmadi. (2024) *Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Salemba Medika, Jakarta.
- Baehr, Mathias (2022) 'Diagnosis Topik Neurologi DUUS', *EGC*, Jakarta.
- Balkam, Jan (2019) *Aromaterapi Penuntun Praktis Untuk Pijat Minyak Atsiri dan Aroma* ed. 1. Cempaka, Jakarta.
- Bare G & Smeltzer C (2020) *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth*. EGC, Jakarta.
- _____. (2020) 'Persalinan Normal dalam: *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*; ed. 4. EGC, Jakarta.
- Charlish, Anne (2022) *Meningkatkan Kesuburan Untuk Kehamilan Alami*. Gelora Aksara Pratama, Jakarta.
- Coad dan Dunstall. (2019) *Anatomi & Fisiologi Untuk Bidan*. EGC, Jakarta.
- Danuarmaja, Bonny. (2021). *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*. Puspa Swara, Jakarta.
- Davim RMB, Torres GV, Melo ES. Nonpharmacological Strategies on pain relief during labor: pre-testing of an instrument. *Jurnal Rev Latino-Am Enfermagem*. 2020, 15(2).
- Dewi, AP IGA Prima. Aromaterapi Lavender Sebagai Media Relaksasi. *Jurnal Bagian Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*, 2011 : 1-17.
- Farrer, H. (2020). *Keperawatan Maternitas*. Edisi 4, Vol 2, Alih Bahasa: dr. Andry Hartono, EGC, Jakarta.
- Firdayanti. (2019). Terapi Nyeri Persalinan Non Farmakologis. *Jurnal Kesehatan, Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar*; 2 (4) : 7-17
- Frayusi, Anif. (2020) 'PENGARUH PEMBERIAN TERAPI WEWANGIAN BUNGA LAVENDER SECARA OLES TERHADAP SKALA NYERI PADA KLIEN INFARK MIOKARDIUM DI CVCU RSUP DR M DJAMIL PADANG', *Jurnal Kesehatan, Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar*, 2(4), 7-17.
- Gondo, Harry K. (2024) 'PENDEKATAN NON FARMAKOLOGIS UNTUK MENGURANGI NYERI SAAT PERSALINAN', *Artikel Fakultas Kedokteran Universitas Andalas 2024*.



- Guyton & Hall. (2023). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran : Prinsip – Prinsip Umum dan Fisiologi Sensorik, Edisi 11*. EGC, Jakarta.
- Hastono, Sutanto. (2022). *Analisa Dara Kesehatan*. Univeritas Indonesia, Jakarta.
- Haws, paulette S. (2022). *Asuhan Neonatus : Rujukan Cepat ed. Bahasa Indonesia*. EGC, Jakarta. Hal 31.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. (2019). *Keterampilan Dasar Praktik Klinik Kebidanan*, Salemba Medika, Jakarta.
- Judha M, Sudarti, Fauziah A. (2021). *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Nuh Medika, Yogyakarta.
- Koensoemardiyah. (2023). *Aromaterapi Untuk Kesehatan, Kebugaran dan Kecantikan*, ANDI, Yogyakarta.
- Kumalasari, Eri Puji. (2022). *Studi Tentang Manfaat Aromaterapi (Aroma Lavender) Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Ibu Pada Persalinan Kala I Fase Aktif di Bidan Praktek Swasta Wilayah Kerja Puskesmas Ngletih Kecamatan Pesantren Kota Kediri*. Laporan Penelitian. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Mitra Husada.
- Long, BC. (2021). *Perawatan Medical Bedah I*. Yayasan Ikatan Alumni Pendidikan Keperawatan Padjajaran, Bandung.
- Mc Lain DE. (2019). 'CHRONIC HEALTH EFFECTS ASSESMENT OF SPIKE LAVENDER OIL', Walker Doney and Associates, Inc, 2009: 1-8.
- Notoadmojo. (2022). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Nursalam. (2021). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*, Salemba Medika, Jakarta.
- Oktavia, Melsa. (2020). *Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Fisiologis Pada Primigravida Inpartu Kala Satu Fase Aktif*. Tugas Akhir. Tidak Diterbitkan, Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya, Malang.
- Paham, Dian. (2023). *Bel'Air*. <http://kuenyaoyan.multiply.com/links/item/2>.
- Phumdoung, S and Rattanaparikonn. (2024). *Factors related to labor pain: review articles*. Songkla Med J 2024; 21(2): 155-162.
- Pilliteri. (2019). *Mathernal and Child Health Nursing Care of Childbearing and Childrearing Family*, Philadelphia.
- Potter & Perry. (2024). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, Dan Praktik (2)*. EGC, Jakarta.
- Prawirohardjo. (2024). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal*, PT. Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
- Primadiati, Rachmi. (2022). *Aromaterapi Perawatan Alami Untuk Sehat dan Cantik*. PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Rusmayani, Astrina. (2020). *Pengaruh Teknik Distraksi Birthball Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Ibu Inpartu Kala I Di Rumah Sakit Ibu dan Anak Mutiara Bunda*. Tugas Akhir. Tidak diterbitkan, Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya, Malang.
- Sari, Annis Pramita. *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender (Lavandula Angustifolia) terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Inpartu Primapara. (Abstrak)*. *Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga*.
- Shrestha, et al. (2019). *Factors Influencing Perception of Labor Pain among Parturient Women at Tribhuvan University Teaching Hospital*. *Jurnal NJOG Jan-Jun*, hal.69-73



- Sofian, Amru. (2021). *Rustam Mochtar Sinopsis Obstetri, Jilid 1, Ed. 3*. EGC, Jakarta, hal.69-73.
- Solimun. (2024). *Diklat Metodologi Peneliti IKIP dan PKM Kelompok Agrokompleks*, Universitas Brawijaya.
- Sumarah. (2019). *Perawatan Ibu Bersalin : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Fitramaya, Jogjakarta.
- Supriati, Entin. (2023). *Manfaat Lavender Sangat Banyak*. www.jurnalnasional.com.
- Tamsuri, Anas. (2022). *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*. EGC, Jakarta.
- Varney, H. (2020). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*, EGC, Jakarta.